

4-Elemente-Yoga

Studio

Freitags - 9.30 - 10.30 Uhr

mit Melanie Mitternacht
Yogalehrerin, Pilates-Trainerin

Ein Kurs für mehr Harmonie und Wohlfühl. Im Fokus stehen die vier Elemente Feuer, Wasser, Erde und Luft. Jede Einheit ist auf ein Element abgestimmt und beeinflusst das jeweilige Chakra (Energierad) positiv.
Der Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet - es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Start: 04.02. | 4 x 60 Minuten | Ausgleich: 50 € | Anmeldung: info@frau-shanti.de

Frau Shanti Yogastudio :: Hochstrasse 11 :: 79291 Merdingen :: www.frau-shanti.de